

Свежий воздух детям нужен и полезен, группой всей идем гулять - и никаких болезней

В практике работы воспитателя очень часто от родителей можно услышать такой вопрос: а вы пойдете сегодня гулять? Родители тревожатся и задумываются над тем, чтобы их ребенок не заболел, не простыл, не промочил одежду и обувь, да и просто не запачкался. В связи с этим многие не хотят, чтобы их дети гуляли на улице. Поэтому мы стараемся, довести до сознания родителей значение прогулок в детском саду.

Прогулка – режимный момент жизнедеятельности детей в детском саду.

Цель прогулки – укрепление здоровья, профилактика утомления, физическое и умственное развитие детей, восстановление сниженных в процессе деятельности функциональных ресурсов организма. Родители понимают, что ребенку нужно гулять как можно больше. Однако не все знают о значении прогулки для детей. Пребывание детей на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития.

Прогулка является первым и наиболее доступным средством детского организма.

Она способствует повышению его выносливости и устойчивости к неблагоприятным воздействиям внешней среды, особенно к простудным заболеваниям.

Прогулка способствует не только физическому, но и умственному воспитанию. Во время пребывания на участке или на улице дети получают много новых впечатлений и знаний об окружающем: о труде взрослых, о транспорте, о правилах уличного движения и т. д.

Из наблюдений они узнают об особенностях сезонных изменений в природе, подмечают связи между различными явлениями, устанавливают элементарную зависимость. Наблюдения вызывают у них интерес, вопросы, на которые они стремятся найти ответ. Все это развивает наблюдательность детей, расширяет представления об окружающем, будит мысль и воображение.

Прогулка является надежным средством укрепления здоровья и профилактики утомления.

Прогулки на свежем воздухе важны для каждого человека, и особенно для детей.

Подготовила: Руппель И.А., воспитатель.